

MUNICÍPIO DE ODEMIRA PROMOVE SAÚDE E BEM-ESTAR COM A INICIATIVA “TUDO EM PROL DO CORAÇÃO!”

No próximo dia 8 de maio, o Município de Odemira promove mais uma edição da iniciativa “Tudo em Prol do Coração!”, reforçando a aposta na promoção de estilos de vida saudáveis e na sensibilização para a prevenção das doenças cardiovasculares, através da adoção de hábitos alimentares equilibrados e da prática regular de atividade física.

A iniciativa terá lugar no Largo da Igreja do Almogrove, na freguesia de Longueira/Almogrove, dia 8 de maio, a partir das 16h00, reunindo a comunidade em torno de um conjunto de atividades dedicadas à promoção da saúde e do bem-estar.

O programa integra rastreios de saúde, palestra sobre alimentação saudável e seus benefícios para o coração, aulas de atividade física no âmbito do projeto “Viver Ativo” e uma sessão de Zumba. O momento inclui ainda uma refeição saudável e termina com a realização da caminhada “Em Prol do Coração” (6 km).

A iniciativa é organizada pelo Município de Odemira, com o apoio das Juntas de Freguesia de Longueira/Almogrove, de São Teotónio e de Vila Nova de Milfontes, Grupo Odefarma, do Ginásio Onda Fit, da Cautchú – Associação de Promoção e Desenvolvimento de Desporto e do Centro de Saúde de Odemira / ULSLA – Unidade Local de Saúde do Litoral Alentejano.

Com esta ação, o Município de Odemira, enquanto membro da Rede Portuguesa de Municípios Saudáveis, reforça o seu compromisso com a promoção da saúde pública e com a dinamização de iniciativas que incentivem a população a adotar estilos de vida mais ativos e saudáveis.

N.I. n.º 035
30/04/2026

Envio: contactos e-mail dos ocs locais, nacionais e desportivos

Assunto: Município de Odemira promove saúde e bem-estar com a iniciativa “Tudo em Prol do Coração!”

Anexo: fotografia